

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan berdasarkan analisis yang telah dilakukan dalam penelitian ini adalah adanya perbedaan regulasi emosi pada mahasiswa yang bersuku Batak dan bersuku Jawa. Tingkat regulasi emosi mahasiswa yang bersuku Jawa lebih baik daripada mahasiswa yang bersuku Batak. Pada analisis jenis kelamin secara keseluruhan dalam penelitian ini menyatakan tidak ada perbedaan regulasi emosi antara perempuan dan laki-laki, artinya regulasi emosi perempuan tidak lebih tinggi dibandingkan laki-laki.

B. Saran

Berdasarkan penelitian dari hasil dan pembahasan, maka peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi peneliti selanjutnya
 - a. Bagi peneliti yang tertarik untuk melakukan penelitian mengenai regulasi emosi pada suku tertentu, disarankan untuk lebih mendalami karakter sifat budaya secara umum, peran budaya dan nilai-nilai yang berkontribusi pada regulasi emosi seseorang.
 - b. Bagi peneliti selanjutnya, sebaiknya jumlah subyek penelitian ditambah dan proporsi subyek laki-laki maupun perempuan seimbang agar lebih mudah untuk dibandingkan.

2. Bagi Individu yang bersuku Batak dan bersuku Jawa

Bagi yang bersuku Jawa dan bersuku Batak, pada aspek yang diterima yaitu seleksi situasi, modifikasi situasi, perubahan kognitif, memonitor emosi, dan modifikasi emosi. Hal ini diharapkan mahasiswa tetap mempertahankan dan meningkatkan kecakapan dalam regulasi emosi untuk menjadi bekal dalam menghadapi situasi sosial agar semakin baik.

Bagi yang bersuku Jawa dan bersuku Batak, pada aspek yang ditolak yaitu penyebaran perhatian, modifikasi respon, dan mengevaluasi emosi. Hal ini diharapkan mahasiswa lebih meningkatkan dan dapat melatih lebih banyak lagi sehingga kecakapan regulasi emosi lebih baik lagi dalam berhubungan sosial.

